

## 【走上自我療癒的旅程】父母成長團體

每個人的生命立基於自己的原生家庭環境及靈魂的藍圖，讓我們變成各自不一樣的性格，加上成長過程發生的點點滴滴，成為現在的『我』。這些生存的姿態和樣貌，是我們珍貴的資源。但當年歲的增長，生命挑戰愈來愈多了，有些舊有模式已然不再適用，生命此時需要注入新的活泉~『愛、學習和成長』。

人生有無數蛻變的機會，生命的每個當下都是新的可能，只要我們有改變的意願，都可以踏上重生的旅程。課程內容主要是回溯我們的原生家庭，從中汲取滋養我們的力量，及療癒家庭帶給我們的創傷。

本課程透過 10 堂課程的學習，為自己做出『新的決定』，創造自己新版的人生劇本，成為一個心理健康的人，也帶給別人滋潤。

課程內容：107 年 9 月至 11 月

堂次	時間	地點	主題
1	09 月 09 日(日)PM1:30-4:30	崇友	相見歡~心的旅程
2	09 月 16 日(日)PM1:30-4:30	崇友	排列與演劇(一)我的生命願景
3	09 月 30 日(日)PM1:30-4:30	崇友	溯源而上：家庭經驗與個人發展
4	10 月 07 日(日)PM1:30-4:30	YWCA9 樓	排列與演劇(二)與內在小孩相遇
5	10 月 14 日(日)PM1:30-4:30	崇友	身心安頓：呼吸、舞動與音樂療育
6	10 月 21 日(日)PM1:30-4:30	崇友	空椅的故事—處理心中未了情
7	10 月 28 日(日)PM1:30-4:30	崇友	排列與演劇(三)與自己和好
8	11 月 04 日(日)PM1:30-4:30	YWCA9 樓	排列與演劇(四)議題處理與個案探討
9	11 月 11 日(日)PM1:30-4:30	崇友	排列與演劇(五)一念之轉
10	11 月 18 日(日)PM1:30-4:30	崇友	生命在愛中成長

上課地點：台北市青島西路 7 號 9 樓 903 室(台北 YWCA)  
台北市公園路 30 號 10 樓(崇友)，地點近台北車站捷運 M8 出口。

### 團體帶領人簡介：

**陳淑蓮講師** 諮商心理師，擔任心理諮商輔導工作及帶領成長團體。

**課程費用：**免費（但需繳交保證金 500 元，參加 9 堂課者可退費）。

**報名對象：**居住或戶籍地在『台北市』之單親家長、繼親家長、低收入、新住民、原住民、中高齡(45-65 歲)等優先錄取。



續背頁



報名對象：居住或戶籍地在『台北市』之單親家長、繼親家長、低收入、新住民、原住民、

中高齡(45-65 歲)等優先錄取。

報名方式：線上報名 <https://goo.gl/forms/8JunUqyudCcnbRIf1> 或網站下載報名表：  
<http://www.light-up.org.tw/> 『親職教育』下拉選單 寄至 E-mail：[lightup9595@gmail.com](mailto:lightup9595@gmail.com)，  
 報名後需等回覆錄取並繳完保證金，才算完成報名手續。

聯絡電話：0910210986、(02)22763810。

主辦單位：社團法人臺灣點一盞燈社會關懷協會

指導單位：台北市政府社會局（台北市政府社會局公益彩券盈餘分配基金補助）

社團法人臺灣點一盞燈社會關懷協會 【走上自我療癒的旅程 父母成長團體】報名表(107 年下半年)			
姓名			性別 <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
電話	E-mail		
地址	出生年次		民國 年
身份 (可複選)	<input type="checkbox"/> 單親家長 <input type="checkbox"/> 特境 <input type="checkbox"/> 低收或中低收 <input type="checkbox"/> 新住民 <input type="checkbox"/> 原住民 <input type="checkbox"/> 繼親 <input type="checkbox"/> 隔代教養 <input type="checkbox"/> 中高齡(45-65 歲) <input type="checkbox"/> 單身 <input type="checkbox"/> 一般已婚 <input type="checkbox"/> 其他：_____		
小孩	<input type="checkbox"/> 有 18 歲以下小孩 <input type="checkbox"/> 有 18 歲以上小孩 <input type="checkbox"/> 無小孩 <input type="checkbox"/> 無小孩,但工作性質與 18 歲以下小孩有關		
居住或戶籍	<input type="checkbox"/> 居住地或戶籍地有一在台北市(優先錄取) <input type="checkbox"/> 居住地或戶籍地都非在台北市		
婚姻狀態	<input type="checkbox"/> 已婚 <input type="checkbox"/> 離婚 <input type="checkbox"/> 配偶歿 <input type="checkbox"/> 單身 <input type="checkbox"/> 再婚 <input type="checkbox"/> 其他：_____		
職業別	<input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 公務員(含聘雇) <input type="checkbox"/> 工業 <input type="checkbox"/> 商業 <input type="checkbox"/> 醫藥 <input type="checkbox"/> 自由業 <input type="checkbox"/> 社會服務 <input type="checkbox"/> 服務業 <input type="checkbox"/> 家管或退休 <input type="checkbox"/> 其他：_____		
照片同意書	<input type="checkbox"/> 同意(優先錄取) <input type="checkbox"/> 不同意 ※本團體將進行照相(刊登於本會網站、fb、相關刊物、影片...)。		
個資同意書	您願意接到協會未來開課或活動等相關訊息嗎？ <input type="checkbox"/> 願意 <input type="checkbox"/> 不願意 ※對於您個人的資料將遵循個資法規定。		
是否領有殘障手冊	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有, 障礙別及是否服藥：_____		
您如何得知訊息	<input type="checkbox"/> FB <input type="checkbox"/> 協會網站 <input type="checkbox"/> 協會 E-mail <input type="checkbox"/> 台灣公益資訊中心 <input type="checkbox"/> 親朋好友轉介 <input type="checkbox"/> 台北女人網 <input type="checkbox"/> 學校或機關或機構公文公告 <input type="checkbox"/> igiving 網站 <input type="checkbox"/> 善耕 365 公益媒合平台 <input type="checkbox"/> 台新銀行 <input type="checkbox"/> 101 傳媒 <input type="checkbox"/> 其他：_____		
以 100 字內簡述您上此課程的動機及期待			

\* 為響應環保請自行準備環保杯